






Hábitos alimenticios en estudiantes universitarios de Tecnología de la Salud

Eating habits in undergraduate health technology students

Omar Daniel Muhiña Díaz ¹ , Dianet Velázquez Martín ¹ , Dalila Cárdenas Hernández ^{1*} 

¹ Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. Facultad de Tecnología de la Salud. La Habana, Cuba.

***Autor para la correspondencia:**

dalilacardenashernandez@gmail.com

Recibido: 10 de junio del 2023

Aceptado: 6 de septiembre del 2023

Citar como:

Muhiña-Díaz OD, Velázquez-Martín D, Cárdenas-Hernández D. Hábitos alimenticios en estudiantes universitarios: un estudio descriptivo en Tecnología de la Salud. Rev. Cubana Tecnol. Salud [Internet]. 2023 [citado:]; 14(3):e4091. Disponible en: <http://www.revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/4091>

RESUMEN

Introducción: en la actualidad mundial las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos se establecen para mejorar conductas alimentarias, la práctica de actividad física y de estilos de vida saludables. La investigación sobre las elecciones, patrones y conductas alimentarias en universitarios y en adultos mayores ha ido en aumento durante los últimos años. La alimentación de los estudiantes universitarios cambia cuando ingresan a la universidad. **Objetivo:** describir los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud de la Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. **Método:** se realizó un estudio observacional, descriptivo de corte transversal, en mayo de 2023, en estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud, de la Universidad de Ciencias Médicas de la Habana. El universo del estudio incluyó a los 1320 estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud. De ellos, se estudió una muestra de 87 estudiantes seleccionada por muestreo simple aleatorio, una confiabilidad del 95%. **Resultados:** relacionado con el conocimiento de las guías, un 43% refirió conocerlas, mientras el 57% restante lo negó. En relación al consumo de frutas y/o vegetales, la mayoría expresa no hacerlo y no conocer las guías. El 57% de los participantes expresan la realización de ejercicios físicos al menos durante 30 minutos, tres días a la semana. **Conclusiones:** se describieron los hábitos alimenticios de los estudiantes cuyo resultado permite develar los aspectos que requieren mayores esfuerzos en la educación nutricional.

Palabras clave: Estudiantes, Guías alimentarias, Hábitos alimentarios

ABSTRACT

Introduction: currently worldwide, Food-Based Dietary Guidelines are established to improve eating behaviors, physical activity and healthy lifestyles. Research on dietary choices, patterns and behaviors in college students and older adults has been increasing in recent years. The diets of college students change when they enter college. **Objective:** to describe the eating

habits of students of the School of Health Technology of the University of Medical Sciences of Havana. *Methods:* an observational, descriptive, cross-sectional, descriptive study was carried out in May 2023, in students of the School of Health Technology of the University of Medical Sciences of Havana. The universe of the study included the 1320 students of the School of Health Technology. Of these, a sample of 87 students selected by simple random sampling was studied, with a reliability of 95%. *Results:* regarding the knowledge of the guidelines, 43% reported knowing them, while the remaining 57% denied it. In relation to the consumption of fruits and/or vegetables, the majority expressed not to do so and not to know the guidelines. Fifty-seven percent of the participants reported doing physical exercise for at least 30 minutes, three days a week. *Conclusions:* the eating habits of the students were described, the results of which allow us to unveil the aspects that require greater efforts in nutritional education.

Keywords: Students, Dietary guidelines, Eating habits

INTRODUCCIÓN

El comer es una de las actividades básicas del ser humano, en la cual intervienen diferentes factores para la elección de los alimentos: la adquisición de comportamientos alimentarios, el estatus social, las tradiciones culturales, el aprendizaje, las nuevas tecnologías alimentarias. El hambre el principal determinante para dicha selección, sin embargo, al momento de poseer diversas opciones, la elección ya no estará explícita solo por el determinante fisiológico, sino, por la intervención de diversos factores. ¹

Dicha elección de alimentos repercute en el estado nutricional y de salud de los individuos. Por lo que, la ingesta adecuada de nutrientes a nivel individual y poblacional, tendrá gran influencia en la salud pública del país. Por tanto, se presenta de esta manera un gran reto para los profesionales de la nutrición. ²

En la actualidad mundial las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) se establecen para mejorar conductas alimentarias, la práctica de actividad física y de estilos de vida saludables durante el curso de la vida. Sin embargo, la implementación de las recomendaciones ha sido dificultosa, con experiencias que direccionan el hecho de una falta de adherencia en jóvenes universitarios. ³

Es imprescindible conocer que las GABA proporcionan recomendaciones específicas del contexto y principios sobre alimentación y estilos de vida saludables. Estas se basan en pruebas sólidas y responden a las prioridades de salud pública y nutrición del país, patrones de producción y consumo de alimentos, influencias socioculturales, datos de composición de alimentos y accesibilidad, entre otros factores. ⁴

Cada país adapta estas guías a las necesidades concretas de la población. En el caso concreto de Cuba, se persiguen una serie de objetivos nutricionales a partir del patrón de consumo alimentario propio de la región: ⁵

- A corto plazo: aumentar los conocimientos de la población en alimentación y nutrición.
- A medio plazo: fomentar la adquisición de hábitos alimentarios saludables.
- A largo plazo: mejorar el estado de salud de la población cubana a través de la alimentación.

Los siete grupos básicos de alimentos para la población cubana son: (1) cereales y viandas, (2) vegetales, (3) frutas, (4) carnes, aves, pescados, huevo y frijoles, (5) leche, yogurt y quesos, (6) grasas u otros alimentos fuentes de grasas, y (7) azúcares y dulces. En las guías alimentarias se destaca la importancia de asegurar la variedad en la dieta, mediante la selección de varios grupos de alimentos, pues la dieta habitual de la población cubana es poco variada. ⁵

El acto de comer es uno de los procesos más naturalizados, internalizados y realizados por la humanidad, en la actualidad grandes grupos se alimentan de forma poco saludable. Este panorama se refleja en las cifras de malnutrición por exceso que se reflejan a nivel mundial.⁶ La investigación sobre las elecciones, patrones y conductas alimentarias ha ido en aumento, de manera más intencionada en escolares, universitarios y en adultos mayores.⁸⁻¹⁰

La alimentación de los estudiantes universitarios cambia cuando ingresan a la universidad. La rutina diaria a menudo puede tener una influencia negativa en los hábitos alimenticios de los estudiantes. La mayoría de las veces comen fuera de casa, lo que hace que dependan de establecimientos comerciales en o cerca de la universidad.¹¹ Además, solo el 7% de los estudiantes universitarios planifican el horario de las comidas a lo largo del día.¹²

El entorno alimentario universitario puede ser un factor involucrado en la exposición a enfermedades crónicas no transmisibles en adultos jóvenes, pues los alimentos y bebidas poco saludables son más accesibles. De acuerdo con lo anterior los autores proponen describir los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud de la Universidad de Ciencias Médicas de La Habana.

MÉTODO

Se realizó un estudio observacional, descriptivo de corte transversal, en mayo de 2023, en estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud, de la Universidad de Ciencias Médicas de la Habana. El universo del estudio incluyó a los 1320 estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud. De ellos, se estudió una muestra de 87 estudiantes seleccionada por muestreo simple aleatorio, una confiabilidad del 95%.

Se estudiaron las variables:

Variable	Clasificación	Escala	Descripción	Indicador
Conocimiento de las guías alimentarias	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	Se refiere a si lo estudiantes tenían o no conocimiento previo de las guías alimentarias	Frecuencias absolutas y relativas
Cantidad de grupos de alimentos consumidos a diario	Cuantitativa discreta	<ul style="list-style-type: none"> • Menos de tres • Entre tres y cinco • Más de cinco 	Cantidad de grupos de alimentos que se incluyen a diario en las comidas de los estudiantes	Frecuencias absolutas y relativas
Consumo diario de frutas y verduras	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	Se refiere a si lo estudiantes comen o no frutas y verduras a diario	Frecuencias absolutas y relativas
Origen de las grasas ingeridas	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> • Vegetal • Animal 	Se refiere al origen de las grasas que ingieren los estudiantes	Frecuencias absolutas y relativas
Estado de los aceites vegetales en el momento del consumo	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> • Crudo • En alimentos fritos 	Se refiere al estado de los aceites vegetales en el momento del consumo	Frecuencias absolutas y relativas
Fuente principal de obtención proteínas	Cualitativa nominal politómica	<ul style="list-style-type: none"> • Pollo • Legumbres • Carnes Rojas • Pescado • Mariscos • Huevo 	Se refiere a la fuente principal de obtención de proteínas de los estudiantes	Frecuencias absolutas y relativas
Consumo de dulces durante la semana	Cuantitativa discreta	<ul style="list-style-type: none"> • Ninguna vez a la semana • 1 vez a la semana • entre 2 y 4 veces a la semana • 5 veces o más a la semana 	Se refiere a la frecuencia con que los estudiantes ingieren dulces	Frecuencias absolutas y relativas
Sal añadida a los alimentos listos para	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	Se refiere a si los estudiantes tienen el	Frecuencias absolutas y

el consumo			hábito o no sal a las comidas	relativas
Desayuno regular	Cualitativa nominal dicotómica	• Si • No	Se refiere a si los estudiantes desayunan a diario	Frecuencias absolutas y relativas
Conocimiento del peso saludable para la talla	Cualitativa nominal dicotómica	• Si • No	Se refiere a si los estudiantes conocen el peso saludable para la talla	Frecuencias absolutas y relativas
Realización de ejercicio físico	Cualitativa nominal dicotómica	• Si • No	Se refiere a si los estudiantes realizan ejercicio físico al menos durante 30 minutos, tres días a la semana	Frecuencias absolutas y relativas

El instrumento empleado para la recolección de datos fue una encuesta diseñada y aplicada en línea a través de *Google Forms* previa validación. Este constaba de 12 preguntas, acerca de hábitos alimentarios reflejados en las Guías Alimentarias para la población cubana mayor de dos años de edad. Se utilizó la estadística descriptiva a través de Microsoft Excel. La información se presentó en tablas y figuras resumidas en frecuencias absolutas y relativas.

Las 87 personas respondieron las preguntas de la encuesta con total libertad. Se respetaron los principios y la identidad de todas aquellas personas que accedieron a formar parte de esta investigación. Las informaciones recolectadas se manejaron con la debida confidencialidad que merecen. Todos los participantes del estudio ingresaron a los formularios de forma libre y voluntaria.

RESULTADOS

La encuesta a los 87 participantes, relacionada con el conocimiento de las guías, un 43% refirió conocerlas, mientras el 57% restante lo negó. El 48% consume a diario frutas y verduras. El 62% no añade sal a los alimentos listos para el consumo. El 79% desayuna con regularidad. (Tabla 1).

Al estudiar la asociación entre conocimiento de las guías, y la variable consumo diario de frutas y/o verduras, se detectó que estas variables eran independientes. De igual manera ocurrió entre las variables conocimiento de las guías, y el hábito de añadir sal a los alimentos listos para el consumo. La variable desayuna con regularidad si tuvo asociación con el conocimiento de las guías alimentarias. (Tabla 1)

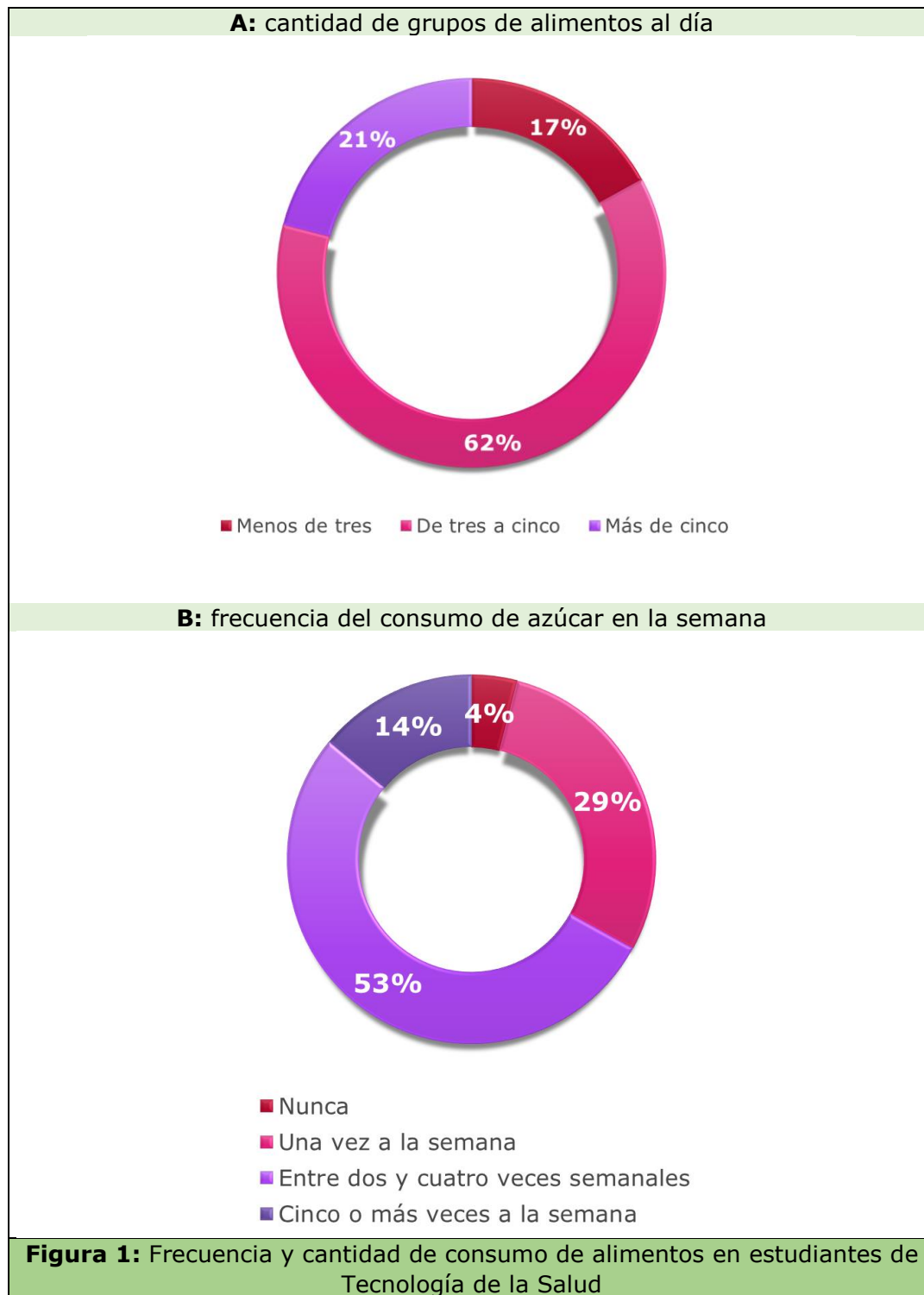
Tabla 1: Distribución de los estudiantes según consumo diario de frutas y/o verduras, sal añadida a alimentos listos para el consumo y desayuno con regularidad

Aspectos evaluados		Conoce las guías		No conoce las guías		Total		p**
		No.	%*	No.	%*	No.	%*	
Consumo diario de frutas y/o verduras	Consume	22	25 %	20	23 %	42	48 %	0,143
	No consume	15	17 %	30	34 %	45	52 %	
Sal añadida a alimentos listos para el consumo	Agrega	9	10 %	24	28 %	33	38 %	0,333
	No agrega	28	32 %	26	30 %	54	62 %	
Desayuna con regularidad	Desayuna	32	37 %	37	43 %	69	79 %	0,030
	No desayuna	5	6 %	13	15 %	18	21 %	

*n=87
** Nivel de significación del 95% ($\alpha=0,05$)

Inherente a la variedad de alimentos en la dieta, entre tres y cinco de los siete grupos en los que se clasifican los alimentos en Cuba, son consumidos por el 62% de la muestra de estudiantes. Seguido del 21 % que consumen seis o los siete grupos de alimentos diariamente. (Figura 1A)

El 53% de los participantes en el estudio consume azúcar entre dos y cuatro veces a la semana. El 4% expresó no ingerir este tipo de alimento ninguna vez a lo largo de la semana. (Figura 1B)



Del consumo de productos del grupo de las grasas, el 60% de los participantes afirma emplear más las de origen vegetal. De acuerdo al estado de los aceites vegetales es más frecuente el consumo en alimentos fritos en el 78% del total de encuestados. (Tabla 2)

Tabla 2. Distribución de los estudiantes según origen de las grasas ingeridas y estado de los aceites vegetales que se consumen

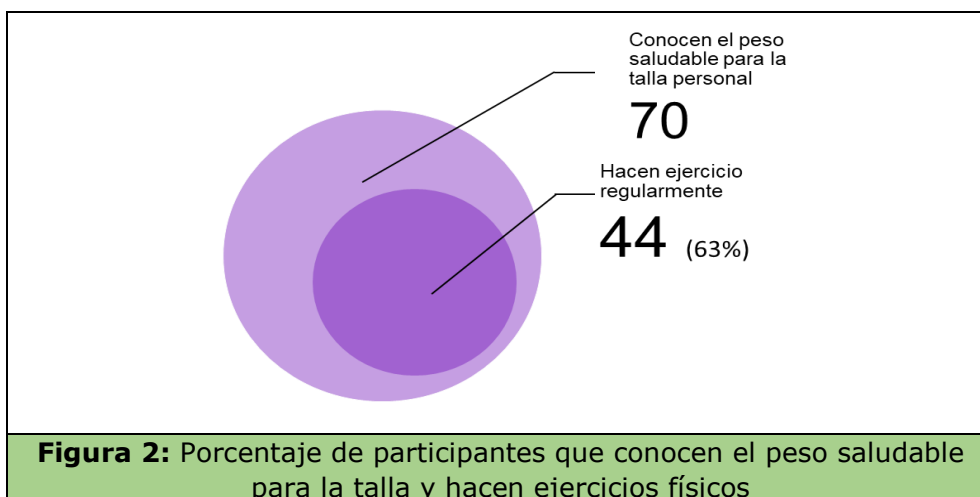
Origen de las grasas ingeridas	Cantidad	%*
Vegetal	52	60%
Animal	35	40%
Estado de los aceites vegetales que se consumen		
Estado	Cantidad	%*
Aceite crudo	19	22%
Alimentos fritos	68	78%
*n=87		

La principal fuente principal para la obtención de proteínas fue el pollo, del cual se expresó un amplio consumo, por el 79% de participantes, seguido del 13% de los participantes donde la fuente principal para la obtención de proteínas es de tipo vegetal, que proveniente de las legumbres. Dentro de los encuestados ninguno expresó la obtención de proteínas como fuente principal a través del huevo o algún tipo de mariscos. (Tabla 3)

Tabla 3: Distribución de los estudiantes según la fuente principal para la obtención de proteínas

Fuente de proteínas	Cantidad	%
Carnes rojas	6	7,0%
Pollo	69	79,0%
Pescado	1	1,0%
Mariscos	0	0,0%
Huevo	0	0,0%
Legumbres	11	13,0%
Total	87	100,0%

El parámetro peso saludable para la talla fue del conocimiento del 80% de los participantes, y el 57% del total de respuestas expresan la realización de ejercicios físicos al menos durante 30 minutos, tres días a la semana. El 63% de los que conoce el peso saludable, reflejó en la encuesta que realiza ejercicios físicos; que a la vez representan el 50,5% del total de encuestados. (Figura 2)



DISCUSIÓN

Al preguntarles, un 43% de los estudiantes universitarios de Tecnología de la Salud refirieron conocer las guías. En contraste, solo un 10% de la población adolescente analizada por Domínguez-Ayllón et al.¹⁴ conoce las guías alimentarias para población cubana mayor de dos años de edad. En ambos estudios a pesar de que la cantidad de conocedores se encuentre por debajo del 50%.

El estudio de tendencias de búsqueda sobre la pirámide de alimentos en Austria, de Cárdenas-Hernández et al.¹⁵, arrojó que los valores de búsqueda no superan las expectativas. Esto expresa la necesidad de una mayor implementación del uso en la educación nutricional en el país. La pirámide alimenticia al ser una representación gráfica de las guías alimentarias, en Cuba, al igual que en Austria, también se debe intensificar el uso de estas herramientas en la promoción de salud nutricional.

Fuentes-Lorente et al.¹⁶ expresan que el consumo de frutas y verduras presentaron baja frecuencia de consumo entre estudiantes encuestados de Licenciatura en Ciencias Alimentarias en Camagüey. Datos similares a los obtenidos en el presente estudio, donde más de la mitad de los participantes refieren no consumir frutas o verduras todos los días.

Más de la mitad de los encuestados expresó no añadir sal a los alimentos listos para el consumo. De manera contraria, el 21,9%, los participantes en un estudio realizado en Paraguay por Burgos et al.¹⁷ añaden la sal los alimentos listos para el consumo.

El estudio realizado en universitarios de Camagüey, de Nápoles-Abreu et al.¹³, develó que el 47,77 % de la muestra no realizó el evento desayuno. A diferencia del anterior, el presente estudio arrojó entre los resultados que sólo en 21% de los encuestados en la Facultad de Tecnología de la Salud no desayuna con regularidad.

Los hallazgos del metanálisis de Meng et al.¹⁸ indican que un mayor consumo de azúcar y de bebidas endulzadas de forma artificial está asociado con el riesgo de diabetes tipo II, enfermedades cardiovasculares y mortalidad por todas las causas. Un 14% de los estudiantes encuestados declararon un consumo de dulces cinco o más veces durante la semana, lo cual se aproxima a una frecuencia alta.

Un alto grupo del conjunto de estudiantes encuestados expresó que las grasas más consumidas eran de origen vegetal, en concordancia con Alonso-Crespo et al.¹⁹ fue el aceite vegetal (97,56%). Este fue el más popular entre los pacientes que acudieron a la consulta de nutrición del Centro de Atención y Educación al diabético, aunque estos se encuentran muy por delante, con casi un 40% de superioridad.

La sociedad española de medicina de familia y comunitaria, entre las recomendaciones para mantener una dieta saludable y controlar el colesterol, expresó que si se desea utilizar aceites ricos en ácidos grasos poliinsaturados: colza, soja y girasol. Hay que usarlos en crudo para aderezar y no para cocinar o freír.²⁰

El metanálisis realizado por Qin et al.²¹ indica que el consumo de alimentos fritos se asocia con un mayor riesgo de sobrepeso/obesidad e hipertensión, pero no de Diabetes Mellitus II en adultos. Al contestar la encuesta empleada para el presente estudio, las respuestas confirmaron un mayor consumo de aceites vegetales en alimentos fritos.

La mayor parte de los encuestados expresan la realización de ejercicios físicos al menos durante 30 minutos, tres días a la semana. Por lo contrario, estudios realizados por Nápoles-Abreu et al.¹³ y Fuentes-Lorente et al.¹⁶ evidencian que entre el 21,2% y 23,88 % de los participantes realizaba ejercicios físicos en el tiempo libre.

CONCLUSIONES

Se describieron los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud. El conocimiento de los hábitos alimenticios de una representación de un grupo poblacional permite develar los aspectos que requieren mayores esfuerzos en la educación nutricional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Bartkiene E, Steibliene V, Adomaitiene V, Juodeikiene G, Cernauskas D, Lele V, et al. Factors Affecting Consumer Food Preferences: Food Taste and Depression- Based Evoked Emotional Expressions with the Use of Face Reading Technology. *BioMed Res Int*. 2019; 1-10.
2. Shamah-Levy T, Gaona-Pineda E, Mundo-Rosas V, Gómez-Humarán I, Rodríguez-Ramírez S. Asociación de un índice de dieta saludable y sostenible con sobrepeso y obesidad en adultos mexicanos. *Salud Publica Mex*. 2020;62(6): 745-753.
3. Araneda J, González D, Mella V, Pérez K, Quezada G, Pinheiro A. High-protein foods intake by adolescents in Chillan, Chile. *Rev Chil Nutr*. 2019; 46: 295-302.
4. FAO, OPS, WFP, UNICEF. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2019. Santiago, Chile; 2019.
5. Fernández C, Zudaire M. Alimentación Adecuada, Vida Prolongada En Cuba. *Consumer. Eroski Consumer* [Internet], 22 Aug. 2007 [citado 12 May. 2023]. Disponible en: www.consumer.es/alimentacion/alimentacion-adecuada-vida-prolongada-en-cuba.html. Accessed 18 May 2023.
6. Vollset S, Goren E, Yuan C, Cao J, Smith A, Hsiao T, et al. Fertility, mortality, migration, and population scenarios for 195 countries and territories from 2017 to 2100: A forecasting analysis for the Global Burden of Disease Study. *Lancet*. 2020; 396: 1285-1306.
7. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Guías alimentarias basadas en alimentos [Internet]. 2019 [citado 2023 Mayo 19]. Disponible en: <http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/es/>
8. Roa DZ, Hernández SJ, Galvis PD, Floréz G N. Gustos, consumo y acceso a los alimentos: opinión de escolares de Santander, Colombia. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2019;25(4):145-151.
9. Reyna MV, Sandoval CJ, Aranzana JM. Acceso a los alimentos y hábitos alimentarios de jóvenes universitarios, Estado de México. *RESPYN*. 2021;20(3):36-45.
10. Geri M, Gutiérrez E, González G. Patrones alimentarios de adultos mayores en una región argentina y su relación con factores socioeconómicos. *Rev. Salud Pública*. 2019;21(6): 1-5.
11. Oliveira JS, Santos DO, Rodrigues SJM, De Oliveira CC, Souza ALC. Avaliação do perfil sociodemográfico, nutricional e alimentar de estudantes de nutrição de uma universidade pública em Lagarto-SE. *Revista Da Associação Brasileira De Nutrição - RASBRAN*. [Internet]. 2018 [citado 2023 Mayo 19]. 19;8(2):37-42. Disponible: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/465>.
12. Souza RK, Backes V. Autopercepção do consumo alimentar e adesão aos Dez Passos para Alimentação Saudável entre universitários de Porto Alegre, Brasil. *Cien Salud Colet*. [Internet]. 2020 [citado 2023 Mayo 19];25:4463-72. Disponible: <https://www.scielo.br/j/csc/a/ZzMLsShvSMNPwPttjKqtGSC/?lang=pt>.
13. Nápoles-Abreu O, Fuentes-Lorente M, Guerra-Rodríguez LE, Matos-Mosqueda L, Crespo-Zafra LM. Nutritional status, distribution of food events and physical activity in university students in Camagüey. *Rev Hum Med* [Internet]. 2021 Ago [citado 2023 Mayo 19]; 21(2): 455-470. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202021000200455&lng=es.
14. Domínguez-Ayllón Y, Rosa-Carretero L. Conocimientos de alimentación saludable en adolescents, consultorio 13 Policlínico Héroes del Corinthia. 2019-2021. IV Convención

- Internacional Cuba-Salud 2022 [Internet]. 2022 [citado 2023 Mayo 18]. Disponible en:
<https://convencionsalud.sld.cu/index.php/convencionsalud22/2022/paper/download/1569/656>
15. Cárdenas-Hernández D, Smith L. Tendencias de búsqueda sobre la pirámide de alimentos en Austria durante el período 2018 – 2022. Rev Cub Tecnol Salud [Internet]. 2023 [citado 13 Jul 2023];14(1): 12-19 Disponible en:
<https://revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/4057>
 16. Fuentes-Lorente MA, González-Zambrano RV, Nápoles-Abreu O, Crespo-Zafra LM. Caracterización de hábitos alimentarios saludables en estudiantes de Licenciatura en Ciencias Alimentarias en Camagüey. Revista Científica Arbitrada De Investigación En Comunicación, Marketing Y Empresa REICOMUNICAR [Internet]. 2022 [citado 13 Jul 2023]; 5(9 Ed. esp.): 2-11. <https://doi.org/10.46296/rc.v5i9edespmay.0070>
 17. Burgos R, Santacruz E, Turnes C, Duarte-Zoilan D, Ríos-González C, Benítez G. Características de las prácticas alimentarias relacionadas al consumo de sal en una población adulta: encuesta virtual - 2018. Rev. salud publica Parag. [Internet]. 2022 [citado 2023 Mayo 19];12(1):20-26. Disponible en:
http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-33492022000100020&lng=en.
 18. Meng Y, Li S, Khan J, Dai Z, Li C, Hu X, et al. Sugar- and Artificially Sweetened Beverages Consumption Linked to Type 2 Diabetes, Cardiovascular Diseases, and All-Cause Mortality: A Systematic Review and Dose-Response Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies. Nutrients [Internet]. 2022 [citado 2023 Mayo 19];13(8):2636. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/nu13082636>
 19. Alonso-Crespo FE, Aneiros-Martín R, Márquez-Alfonso A. Hábitos alimentarios en pacientes atendidos en el Centro de Atención y Educación al diabético. Santa Clara. 2020. IV Convención Internacional Cuba-Salud 2022 [Internet]. 2022 [citado 2023 Mayo 18]. Disponible en:
<https://convencionsalud.sld.cu/index.php/convencionsalud22/2022/paper/viewFile/2455/1419>
 20. Escribano-Pardo D, Lago-Deibe F, Párraga-Martínez I, Val-Jiménez A. Recomendaciones para mantener una dieta saludable y controlar el colesterol en el contexto de pandemia por el COVID-19. Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria [Internet]. 2020 [citado 2023 Mayo 19]. Disponible en: <https://www.agamfec.com/wp/wp-content/uploads/2020/04/Dislipemias-covid19.pdf>
 21. Qin P, Liu D, Wu X, Zeng Y, Sun X, Zhang Y, et al. Fried-food consumption and risk of overweight/obesity, type 2 diabetes mellitus, and hypertension in adults: a meta-analysis of observational studies. Critical reviews in food science and nutrition [Internet]. 2022 [citado 2023 Mayo 19];62(24):6809–6820. <https://doi.org/10.1080/10408398.2021.1906626>

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Omar Daniel Muñiña Díaz: Conceptualización, Investigación, Análisis formal, Redacción borrador-original, Validación, Redacción revisión-edición

Dianet Velázquez Martín: Conceptualización, Investigación, Análisis formal, Validación, Redacción revisión-edición

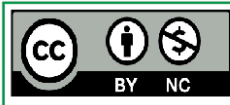
Dalila Cárdenas Hernández: Conceptualización, Metodología, Investigación, Curación de datos, Análisis formal, Redacción borrador-original, Redacción revisión-edición.

CONFLICTOS DE INTERÉS

No existen conflictos de intereses.

FINANCIACIÓN

No se recibió financiación para la realización del estudio.



Los artículos de *Revista Cubana de Tecnología de la Salud* se comparten bajo los términos de la Licencia **Creative Commons Atribución-No Comercial 4.0. Internacional**